

## **Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS) Fact Sheet**

### **什麼是“嚴重急性呼吸道症候群”(SARS)？**

SARS這個病的名稱是一種新型嚴重傳染性的呼吸系統病，這種病往往是危急的。SARS目前出現於亞洲，北美洲與歐洲。SARS用於已帶有SARS病狀並曾到過有SARS病症出現的地區的病者或是接觸到曾經有到過報告SARS病例的地區帶有病症的人。目前認為SARS是因為一種濾過性病毒感染而引起的。SARS看起來是人們與病患者密切往來時感染的。

### **SARS的病症為何？**

SARS最主要病狀為發高燒（高於華氏100.4度），乾咳，呼吸急促或困難，胸部X-光檢查可發現肺部病變，顯示肺部發炎。SARS尚可能伴隨其它症狀包括：頭疼、肌肉疼痛、食欲不振、身體不適、意識紊亂、皮疹、腹瀉。這些也同於其它許多呼吸系統病類的症狀，所以許多被懷疑患有SARS的病人其實所患的可能是其他呼吸系統的病。目前為止還沒有確認SARS病毒的實驗方法。

### **世界上有哪些地區/國家的社區裡已確定有 SARS在擴散？**

到2003年4月30日止，這些國家包括：中華人民共和國（指中國大陸與香港特殊行政區）、越南河內、新加坡、加拿大的多倫多。

### **SARS 的傳染力如何？**

依據現有的證據顯示，與SARS病者密切接觸的人存有最高程度傳染給他人的可能。在亞洲，大多數的可疑患者是在醫院的醫護人員或是家中照顧SARS病患的人。在美國，90%的病患是曾到SARS流行地區的人士。以美國而言，當人們遵守防護措施時，人與人之間的病毒傳染性顯然是很低微的。

## **旅遊安全嗎？坐飛機感染的風險有多大？如果我去過SARS流行地區，我該如何？**

衛生官員呼籲民眾無限期的延後去往SARS流行地區的旅程。有證據證明在飛機上曾有SARS的傳染。如果你已去過上述SARS流行地區，應該在回到美國的十天內觀察你的健康狀態。如果不發病，你可恢復平日的生活作息。如果在十天內發現病症，你應該懷疑是否有SARS並找你的醫師做檢查。生病時不要與他人接觸。

## **如何預防 SARS？**

如果你有受到呼吸系統感染，以下的措施將能幫助你不傳染于他人。

1. 保持良好的個人清潔衛生。打噴嚏或咳嗽時要摀蓋住鼻子與嘴巴。
2. 保持手部的清潔。當接觸到人體的任何分泌物，包括呼吸道的分泌物，都須洗手。
3. 避免觸摸你的眼睛，鼻子與嘴巴。當你必須要觸摸你的眼睛，鼻子或嘴巴時，請先洗手。
4. 如果你開始有呼吸道的病狀，不要接近他人。
5. 不要共用香煙，毛巾，口紅，玩具或者任何可能會受到感染呼吸道分泌物感染的物品。
6. 立刻用消毒劑徹底清潔沾有任何人體分泌物的表面。在使用任何消毒劑時，應依照製造商所提供的消毒方法並穿戴手套。
7. 不要與他人合用餐飲。
8. 吃飯時使用公叉公筷。
9. 平常手洗的物品可用洗衣機與洗碗機來代洗。機器洗的比手洗的更乾淨。
10. 廁所裡應有足夠的肥皂和用完可丟的紙巾或手烘乾機。
11. 將用過的衛生紙立刻丟入垃圾桶。
12. 室內空氣保持流通。考慮開一扇窗戶透空氣。
13. 照顧好自己來增強免疫系統的抵抗力。飲食均衡，睡眠充足。避免抽煙。
14. 如果有任何呼吸道的不適，應找醫生診治，並遵守醫生指示服用處方藥物並充份休息。

## **如果我覺得我得了SARS 該怎麼辦？**

如果你覺得你患了SARS，你應該找你平日的醫師。如可能，打電話時先通知醫師辦公室所患的可能是SARS。在未得到醫師或公共衛生局的通知前，暫勿返回工作或上學。SARS病人可帶口罩保護他人，家人以及醫護人員。

## **公共衛生局為SARS在做些什麼？**

公共衛生局有以下幾種措施來對付SARS：

- 增強民眾與醫護人員的警覺性與提早對個案察覺，調查和反應。
- 教育民眾如何預防與控制活動。
- 報導最新SARS的衍發與動態。
- 與州政府，聯邦以及國際衛生機構合作，收集疾病知識來對付SARS。

### **我從哪裡可得更多關於SARS的資訊？**

更多的資訊可在以下的網站上找到：

Public Health 公共衛生局 [www.metrokc.gov/health](http://www.metrokc.gov/health),

CDC 疾病管制局 [www.cdc.gov](http://www.cdc.gov),

WHO 世界衛生組織 [www.who.org](http://www.who.org)